

363.349

UNIVERSIDAD NACIONAL

M772-i7 ERVATORIO VULCANOLÓGICO

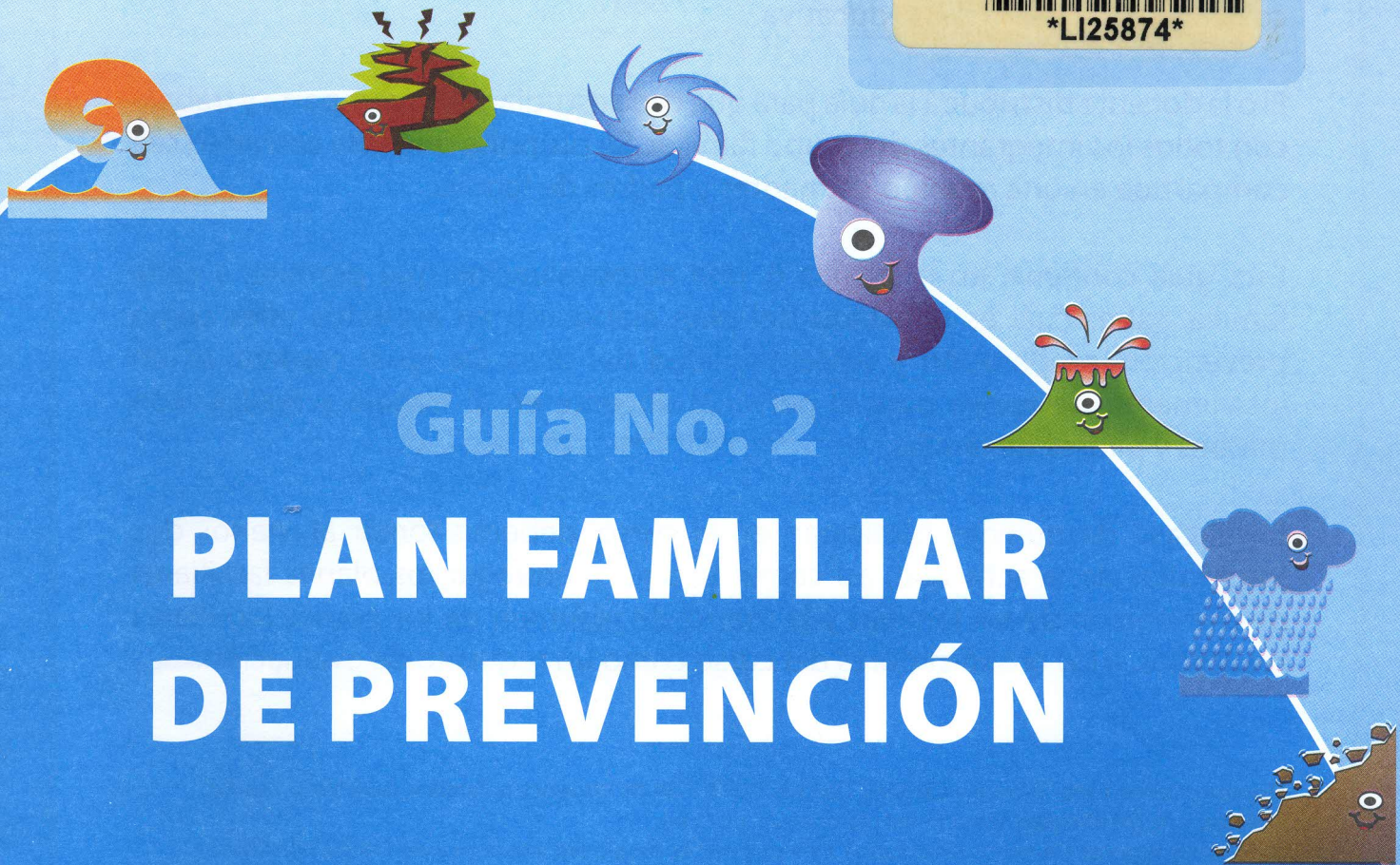
Y SISMOLÓGICO DE COSTA RICA



SIDUNA



\*LI25874\*



Guía No. 2

# PLAN FAMILIAR DE PREVENCIÓN

Carlos Montero, Rebeca Lazo y Daniela Campos



OVSICORI-UNA

UNA  
UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
COSTA RICA

2017



## PRESENTACIÓN

La guía No. 2: "Plan Familiar de Prevención", es complemento de la "Introducción a la prevención de Riesgos Naturales, curso de aprovechamiento, total 40 horas: Guía Didáctica para docentes y personas facilitadoras y es una forma de estimular buenas prácticas de prevención en las unidades familiares así como, extender positivamente la acción del Centro Educativo hacia las familias que componen la comunidad educativa.

El o la docente distribuirá la guía para que cada estudiante, lo comparta y trabaje con todos los integrantes del grupo familiar. Se propone que esta actividad sea compartida en una reunión de madres y padres de familia.

Esta guía contiene, en la página 6, una autoevaluación que permite, a cada familia, saber cuál es el estado del plan elaborado en aspectos tales como prevención, preparación y sustentabilidad del plan. De igual manera, es un instrumento de apoyo para el personal docente en el trabajo a realizar con madres y padres de familia.

En el caso de quienes participan en el curso, deberán tomar al menos dos fotografías de la actividad, así como recoger y entregar los planes familiares de prevención de las familias y la matriz de resumen de los planes familiares realizados, a los organizadores del curso como un requisito de evaluación.

Montero, Carlos, Lazo, Rebeca y Campos, Daniela, 2017, Plan de Prevención Familiar, Guía No. 2, 5ta. Ed. Heredia, C. R., 2010-6 pág, Tamaño del material (21 x 27 cm).

Nota de los autores: Derechos Reservados. Este material es propiedad intelectual del OVSICORI-UNA.

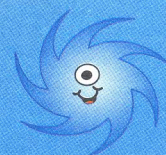
Se autoriza la reproducción del mismo siempre y cuando se haga con fines no comerciales, principalmente de carácter divulgativo y educativos y se reconozca créditos a los autores.

Edición de 3000 ejemplares, enero 2017.

Programa de Publicaciones e Impresiones, UNA

363.349 M772-i7

LI25874





# EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS NATURALES

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_

## GUIA PARA LA ELABORACION DEL PLAN FAMILIAR DE PREVENCIÓN (PFP)

### *Sugerencias para las familias:*

1. El plazo para preparar el PFP es de una semana.  
¿Cuántas horas duraron?: \_\_\_\_\_
2. ¿Cuántas personas viven en la casa?: \_\_\_\_\_

3. Como familia ¿A qué tipo de riesgos se sienten expuestos?:

	Si	No		Si	No
3.1. Terremoto			3.5. Huracán		
3.2. Erupción volcánica			3.6. Tornado		
3.3. Inundación			3.7. Tsunami		
3.4. Deslizamiento			3.8. Otro		

Por favor amplie su respuesta: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Se recomienda al grupo familiar observar en los alrededores de la casa e identificar si hay zonas de alta pendiente y valorar la cercanía a ríos, entre otros aspectos  
(¿OBSERVARON E IDENTIFICARON ZONAS ?) 1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_

Por favor amplie su respuesta: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Presten atención a las siguientes características de su vivienda:

5.1. ¿De qué materiales está hecha su casa?

	Si	No		Si	No
5.1.1. Madera			5.1.5. Adobe		
5.1.2. Cemento			5.1.6. Bahareque		
5.1.3. Mixto (cemento y madera)			5.1.7. Otros		
5.1.4. Prefabricado			5.1.8. Cuántos dormitorios tiene?:		

- 5.2. ¿Cuánto tiempo tiene de construída la vivienda? (MESES, AÑOS): \_\_\_\_\_
- 5.3. ¿Tiene planos de la vivienda? 1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_
- 5.3.1. Revísenlos y verifiquen que éstos concuerden con la construcción final de la casa en aspectos tales como: cimientos, grosor de las columnas, espesor de las vigas, entre otros aspectos. (¿VERIFICARON?)  
1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_

Por favor amplie su respuesta: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- 5.3.2. Si no existen planos de la vivienda identifiquen y anoten las debilidades en la construcción \_\_\_\_\_  
(¿IDENTIFICARON Y ANOTARON?) 1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_

Por favor amplie su respuesta: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Cimientos: Parte del edificio que esta debajo de la tierra y de la que se apoya toda la construcción.  
Columnas: Piezas verticales de un edificio que soporta las vigas.  
Vigas: Pieza horizontal de una estructura, que soporta las cargas transversales.



6. Presten atención a la disposición de muebles, objetos colgantes, armarios, ventanas, etc., con relación a los dormitorios, los accesos y salidas de la casa:

- 6.1 Identificaron muebles, objetos colgantes, armarios que podrían caerse ¿Los identificarán?
- 6.2 Identificaron grandes ventanas de vidrio que podrían romperse ¿Los identificarán?
- 6.3 Revisaron que los pasillos de entrada y salida de casa y los aposentos se encuentren siempre despejados

Si	No
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Hablen acerca de la importancia de tener reserva de algunos artículos útiles:

- |   | Si                       | No                       |   | Si                       | No                       |
|---|--------------------------|--------------------------|---|--------------------------|--------------------------|
| 7.1 Botiquín de primeros auxilios portátil: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 7.6 Cobijas:  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.2 Agua de reserva:                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 7.7 Lista de nombres y números de teléfonos de emergencias, familiares y vecinos: | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.3 Alimentos enlatados:                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 7.8 Baterías (Pilas):   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.4 Linternas (Foco):                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 7.9 Mascarillas:  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.5 Radio de baterías (Pilas):              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

8. Conversemos sobre lo que hacen todos los días y de cómo localizar en caso de una emergencia a los miembros de la familia en:

- 8.1 El trabajo ¿SABEN CÓMO LOCALIZARLOS?
- 8.2 La escuela ¿SABEN CÓMO LOCALIZARLOS?
- 8.3 A sus vecinos más cercanos ¿SABEN CÓMO LOCALIZARLOS?
- 8.4 ¿Acordaron un punto de encuentro seguro, por si sucede un evento natural?

Si	No
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Por favor amplie su respuesta: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

9. De todas las cosas que observaron y discutieron, tomen apuntes de:

- 9.1 ¿Cómo corregirlas para estar siempre preparados en la escuela, en el trabajo y otros lugares frecuentados? ¿TOMARON NOTA? 1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_
- 9.2 Señalar a los responsables de cada actividad por resolver, por ejemplo si han identificado problemas en la construcción, quién será el encargado (a) de resolverlo ¿Quién será el responsable de acomodar muebles? ¿DEFINIERON RESPONSABLES? 1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_

NOMBRE DE LA PERSONA	ACTIVIDAD A CUMPLIR

- 9.3. ¿Participaron todos los integrantes del grupo familiar? 1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_
- 9.4. ¿Cuántos participaron?: \_\_\_\_\_

10. Incluyan mapas o croquis, fotografías, dibujos, de su vivienda y toda la información que consideren importante para describirla.

- 10.1. ¿Incluyeron mapa o croquis? 1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_

11. ¿Acordaron un plazo para la revisión del Plan de Prevención Familiar? 1. SI \_\_\_\_\_ 2. NO \_\_\_\_\_

- 11.2. ¿Cuál es este plazo? (escriba el número de semanas o meses para su revisión) \_\_\_\_\_ semanas \_\_\_\_\_ meses

De igual manera si tienen mascota o mascotas acuerden las reservas de alimentos y las atenciones que éstas demandarán.





**Dibuje aquí el croquis o plano de su vivienda**



# AUTO-EVALUACIÓN

Apoyados en el Plan Familiar de Prevención contesten el siguiente cuestionario, organizado según bloques de preguntas de Prevención, de Preparación y de Sustentabilidad del Plan.

## PRIMER BLOQUE PREVENCIÓN

**1. En nuestro grupo familiar observamos en los alrededores de la casa e identificamos si habían zonas de alta pendiente y valoramos la cercanía a ríos, taludes inestables, entre otros aspectos.**

- |   | Si                    | No                    |
|---|-----------------------|-----------------------|
| 1. ¿Observamos e identificamos zonas de riesgo?   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. ¿Tenemos los planos de la vivienda?  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. Revisamos y verificamos que los planos concordaran con la construcción final de la casa en aspectos tales como: cimientos, grosor de las columnas, espesor de las vigas, entre otros aspectos. (¿Verificaremos?) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. Si no teníamos planos de la vivienda, identificamos y anotamos las debilidades en la construcción (¿Identificamos y anotamos?)   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

## SEGUNDO BLOQUE PREPARACIÓN

**Presten atención a la disposición de muebles, objetos colgantes, armarios, ventanas, con relación a los dormitorios y los accesos y salidas de la casa:**

- |  |                       |                       |
|--|-----------------------|-----------------------|
| 1. Identificamos muebles, objetos colgantes, armarios que podrían caerse:  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. Identificamos grandes ventanas de vidrio que podrían romperse:  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. Revisamos que los pasillos de entrada y salida de la casa y los aposentos se encuentren siempre despejados (libres): ventanas, con relación a los dormitorios y los accesos y salidas de la casa: | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. Hablamos acerca de la importancia de tener reserva de algunos artículos útiles como:  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4.1 Botiquín de primeros auxilios:   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4.2. Agua de reserva:  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4.3 Alimentos enlatados:   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4.4 Linternas (Focos):   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4.5 Radio de baterías y baterías (Pilas):  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4.6 Cobijas:   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4.7 Mascarillas:   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4.8 Lista de nombres y números de teléfonos de emergencias, familiares y otras personas del vecindario:  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5. Conversamos sobre lo que hacemos todos los días y de cómo localizar a los miembros de la familia en caso de una emergencia:   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5.1 El trabajo (¿Sabemos cómo localizarlos?)   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5.2 La escuela (¿Sabemos cómo localizarlos?)   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5.3 ¿Sabemos cómo localizarlos a las personas más cercanas en mi vecindario?   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

## TERCER BLOQUE SUSTENTABILIDAD DEL PLAN

1. De todas las cosas que observamos y comentamos, tomamos apuntes de:

- |   |                       |                       |
|---|-----------------------|-----------------------|
| 1.1 ¿Cómo corregirlas para estar siempre preparados en la escuela, en el trabajo y otros lugares frecuentados (¿Tomamos nota?)  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 1.2 ¿Señalamos a los responsables de cada actividad por resolver, por ejemplo si hemos identificado problemas en la construcción, quién será el encargado (a) de resolverlo? (¿Definimos responsables?) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

- |  |                       |                       |
|--|-----------------------|-----------------------|
| 1.3 ¿Anotamos los nombres y responsabilidades? (¿Anotamos nombres y responsabilidades a cumplir por cada quien?)                         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 1.4 ¿Participaron todos los integrantes del grupo familiar?  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 1.5 ¿Incluimos mapas o croquis, fotos, dibujos, etc., de la vivienda y toda la información que consideramos importante para describirla? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 1.6 ¿Acordamos un plazo para la revisión del Plan de Prevención Familiar?  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 1.7 ¿Cuál es este plazo? _____ ¿Es menor a 6 meses?  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**Sustentabilidad del Plan: Son aquellas acciones que garantizan que el plan no sea un ejercicio que se hace solo una vez, sino que se está revisando y practicando y que participan todas las personas del grupo familiar.**

## PRIMER BLOQUE PREVENCIÓN

- Si respondimos afirmativamente (SI) 4 de las 4 preguntas significa que nuestra familia tiene una buena actitud hacia la prevención y vamos por buen camino en la construcción de un buen Plan Familiar de Prevención.
- Si respondimos afirmativamente (SI) 3 de las 4 preguntas significa que como familia debemos mejorar aspectos relacionados con el conocimiento de las amenazas y debilidades para la construcción de un buen Plan Familiar de Prevención.
- Si respondimos afirmativamente (SI) 2 de las 4 preguntas significa que en nuestra familia debemos hacer grandes esfuerzos juntos para la construcción de un buen Plan Familiar de Prevención.

## SEGUNDO BLOQUE PREPARACIÓN

- Si respondimos afirmativamente (SI), entre 14 y 10 preguntas de este bloque significa que nuestra familia tiene un adecuado nivel de preparación y vamos por camino acertado en la construcción de un Plan Familiar de Prevención.
- Si respondimos afirmativamente (SI), entre 9 y 7 preguntas de este bloque significa que nuestra familia debe mejorar aspectos relacionados con la preparación para enfrentar desastres y repartirse tareas orientadas a resolver aspectos importantes de la preparación.
- Si respondimos afirmativamente (SI), menos de 6 preguntas significa que en nuestra familia se deben hacer grandes esfuerzos en los aspectos de preparación.

## TERCER BLOQUE SUSTENTABILIDAD DEL PLAN

- Si respondimos afirmativamente (SI), entre 7 y 5 preguntas de este bloque significa que nuestro plan tiene una buena base para la sustentabilidad y vamos por buen camino en la construcción de un adecuado Plan Familiar de Prevención.
- Si respondimos afirmativamente (SI), menos de 5 preguntas significa que nuestro Plan Familiar de Prevención no tiene sustentabilidad, es decir no cumple con el requisito indispensable de integrar a todo el núcleo familiar y de que sea revisado periódicamente.

## PLAN FAMILIAR DE PREVENCIÓN

Una forma de evaluar en conjunto el plan realizado por el grupo familiar es la siguiente:

- Si respondimos afirmativamente (SI), entre 25 y 19 preguntas de todos los 3 bloques, nuestra familia va por buen camino en la construcción de un buen Plan Familiar de Prevención ya que conocemos las características del lugar en que vivimos y las de la construcción de la vivienda, que son aspectos importantes en la prevención. También tomamos medidas de preparación como asegurar muebles, estantes y disponemos de botiquín y otros artículos importantes, entre otros aspectos positivos. En el aspecto de sustentabilidad hemos asegurado la participación y la importancia de que todos los miembros del grupo familiar lo conozcan, y tenemos garantía de que hemos asegurado que el plan se va a revisar con cierta frecuencia.
- Si respondimos afirmativamente (SI) entre 18 y 15 preguntas como recomendación debemos volver a revisar el plan en las respuestas negativas para garantizarnos que éste sea un instrumento útil para nuestra familia.
- Si respondimos afirmativamente (SI) menos de 14 preguntas debemos volver a elaborarlo corrigiendo todos los aspectos que sean convenientes revisar y que garanticen que el plan responda a criterios de Prevención, Preparación y Sustentabilidad.

**¡Conocer nuestra comunidad y su entorno nos permite comprender la naturaleza, sus recursos y sus riesgos!**

